

## **Новое медицинское подразделение в SHA Wellness Clinic: реабилитация после COVID-19**

Многие люди, переболевшие коронавирусом, продолжают испытывать неприятные симптомы после выздоровления. Такая ситуация получила название «постковидный синдром». Так как болезнь новая, ее последствия полностью не изучены, но со временем появляется все больше информации – и сейчас уже понятно, что коронавирус влияет не только на состояние легких. Так, COVID-19 может вызывать:

- Дыхательную недостаточность
- Потерю запахов и вкусов – anosмию и дисгевзию (это один из возможных эффектов воздействия на нервную систему)
- Усталость и очень сильную утомляемость
- Хронический кашель
- Бессонницу и другие расстройства сна
- Изменение артериального давления
- Боль в суставах
- Изменение сердечной деятельности
- Нарушение памяти и концентрации внимания
- Посттравматическую депрессию, стресс, тревожность, эмоциональное расстройство
- Кожные высыпания и потерю волос

Как правило, определенные симптомы связаны с деятельностью той или иной системы организма. Это могут быть самые разные изменения – неврологические (например, головные боли), пищеварительные, сердечные, дыхательные, офтальмологические, костно-мышечные, эндокринные, коагулятивные, уринальные, психологические.

Для изучения ситуации и выявления других возможных последствий коронавируса SHA создали специальное медицинское подразделение. Оно работает с людьми, переболевшими COVID-19 и ощущающими последствия болезни. Подразделение курируют различные специалисты, следующие интегративному методу SHA.

Вначале состояние здоровья гостя всесторонне оценивает врач-терапевт, он координирует процесс лечения, рекомендует необходимые диагностические тесты и направляет к другим специалистам.

Ниже приведены наиболее подходящие методы лечения в рамках различных направлений. Все перечисленные процедуры доказали свою эффективность и способствуют облегчению последствий коронавируса.

### **Иммунологическая недостаточность**

- Внутривенная лазерная терапия
- Серотерапия
- Озонотерапия
- Аутологичная плазменная терапия (используется богатая тромбоцитами плазма самого гостя)
- Лечение стволовыми клетками
- Криотерапия
- Акупунктура

### **Проблемы с дыханием**

- Детоксикационная ингаляция для легких (проводится в suite гостя в частной обстановке) в сочетании со специальной внутривенной терапией
- Акупунктура

### **Когнитивные нарушения (с памятью, вниманием, концентрацией)**

- Фотобиомодуляция головного мозга (процедура заключается в стимуляции областей головного мозга с помощью инфракрасного излучения световыми волнами различной длины; она ускоряет и помогает сбалансировать процессы клеточного восстановления, что способствует повышению энергичности, а также позволяет сократить прием лекарственных средств)

### **Эмоциональные проблемы (тревожность, депрессия, нервные расстройства, бессонница)**

- Транскраниальная электростимуляция (на ту или иную зону головного мозга воздействуют легкими электрическими сигналами; методика позволяет модулировать функционирование определенных областей мозга, затронутых COVID-19. При восстановлении когнитивного баланса также достигается эмоциональный баланс – без приема химических препаратов)

### **Психологические аспекты**

Стресс ухудшает симптоматику COVID-19, способствуя выработке воспалительных цитокинов, а симптомы COVID-19 в свою очередь ведут к повышению уровня стресса. В данной ситуации рекомендуются расслабляющие дыхательные техники, а также mind & body-дисциплины:

- Йога
- Пранаяма
- Медитация

### **Костно-мышечные нарушения**

- Физиотерапия
- Рефлексология
- Процедура на аппарате Human Tescar (электромагнитный стимулятор микроциркуляции, работает при помощи радиосигналов средней частоты, активизирует клеточный метаболизм)
- Ватсу

Гостям, которые провели длительное время в отделении интенсивной терапии, может потребоваться более интенсивная программа восстановления опорно-двигательного аппарата.

### **Нарушения сердечной деятельности**

- Изометрические тренировки для восстановления сердечных функций

### **Проблемы с кожей и волосами**

- Локальные процедуры и пероральные добавки для избавления от кожной сыпи, эритемы, экземы, против выпадения волос

### **Нарушения пищеварительной системы**

- Персонализированный план питания, адаптированный под потребности гостя. В процессе выздоровления правильное питание является очень важным элементом, оно позволяет естественным образом обеспечивать организм пребиотиками и пробиотиками
- Гидроколлотерапия
- Детоксикация печени для ее очистки после приема лекарств

### **Тромбоз**

Для улучшения кровообращения конечностей применяются мануальные и аппаратные техники, а также специальные добавки:

- Лимфодренажный массаж
- Прессотерапия
- Мегадозы витаминов группы В для снижения уровня гомоцистеина и, как следствие, риска тромбофилии

Важно подчеркнуть, что все вышеупомянутые процедуры ориентированы на уже переболевших людей, не являющихся источником инфекции; на тех, кто хочет не только оправиться от последствий коронавируса, но и предотвратить другие серьезные последствия, которые могут возникнуть из-за длительных нарушений функционирования организма.



## **Немного о SHA**

SHA – одна из самых известных wellness-клиник в мире, ее задачей является общее оздоровление организма человека, прививание ему правильных привычек, а также восстановление гармонии между телом, душой и разумом своих гостей. Метод SHA – это соединение восточной медицины и современных научных достижений.

В SHA можно не только похудеть или пройти детокс, но и бросить курить, побороть бессонницу и стресс, развить когнитивные навыки и т.д. Она расположена между Аликанте и Валенсией и очень любима звездными гостями: там побывали Стинг, Наоми Кэмпбелл, Кайли Миноуг, Гвинет Пэлтроу, Петра Немцова, Франсуа Пино, Карин Ройтфельд, Саймон Коуэлл, Алехандро Санс, Наталья Водянова, Ольга Куриленко, Ксения Собчак, Андрей Малахов, Сергей Шнуров, Никита Михалков, Сати Спивакова, Елена Летучая, Софико Шеварднадзе и многие другие.